

Teknologia ja liikunnanopetus oppimisympäristöhankkeissa

- teknologia liikunnanopetuksessa 2008-2010
- Liikuntateknologian mahdollisuuksien kartoittaminen ja käyttö oppimisympäristöjen kokonaisvaltaisessa kehittämisessä 2012-2014



Aktiivisuushanke 2013/ A-MR

Mitä on liikuntateknologia?

Minkä lisäarvon se tuottaa
liikunnanopetukseen?

Kansanterveydellinen näkökulma->
liikuntateknologia voi pelastaa sukupolven.
Liike ei saa kadota teknologiaan.



Teknologiat 2008-2010 hankkeessa

- Aktiivisuusmittaus
- Gps-paikannus
- Sykkeenmittaus
- Videointi opetuksessa
- Lukuvuoden suunnittelu
- Arvioinnin tueksi
- Ohjeet laitehankintoihin
- Muun teknologia kartoittaminen



Liikuntateknologian mahdollisuuksien kartoittaminen ja käyttö oppimisympäristöjen kokonaisvaltaisessa kehittämisessä



Teknologia kehittyy nopealla vauhdilla ja samaan aikaan lasten ja nuorten istuminen lisääntyy ja fyysinen aktiivisuus vähenee. Aktiivisuushankkeen tavoitteena on kääntää teknologia hyödyksi.



Hankkeen aikana tutustutaan erilaiseen liikuntateknologiaan ja arvioidaan sen käytettävyyttä. Testataan erilaisia laitteita ja sovelluksia erityyppisissä kouluympäristöissä, eri ikäisillä oppilailla.



Tavoitteena on

Oman fyysisen toimintakykyisyyden ja sen kehittämisen parempi ymmärtäminen.



Hankkeen toteutus

Laitetestaus - teknologian rajaaminen –
uusin teknologia – **olemassa olevan
teknologian hyödyntäminen**

Julkaisutoiminta: Edu.fi, Koulutukset,
Hankkeen muu jalkauttaminen eri
tapahtumissa, Avoimet seminaarit,
Bloggaaminen, muu SOME

”Hyvien käytänteiden jakaminen”

Sosiaalinen media

Lisäarvo vai lisätyö? Voidaanko sosiaalisella medially lisätä fyysistä aktiivisuutta vai lisääkö se ainoastaan ruutuaikaa?

google drive

Wikiti

Pilvipalvelut

Blogit, yhteisöpalvelut
verkkoharjoituspäiväkirjat

Aktiivisuushanke 2013/ A-MR

Aktiivisuusmittaus

Teknologian avulla pyritään vaikuttamaan oppilaiden liikuntatottumuksiin ja ohjaamaan aktiiviseen elämäntapaan. Tässä käytetään koulukäyttöön suunnattua Polar Active aktiivisuusmittaria ja Polargofit.com –verkkopalvelua, johon sisältyy myös oppilaan liikunta-aktiivisuutta hyödyntävä Activarium – pelisovellus.

Aktiivisuusmittareita käytetään mahdollisimman monella eri tavalla – liikuntatunneilla, jaksoina kaikilla koulun oppilailla, oppilas-huoltaja pareilla, ”case” tapauksina liikunnallisesti syrjäytyneiden/ syrjäytymisvaarassa olevien oppilaiden kanssa.



Sports Tracker suunnistus

- Opettaja kiertää reitin kuvaten Sports Trackerin (puhelimien) kanssa.
- Oppilas kuvaa kartalle kuvaussuuntineen merkityt paikat ja palaa lähtöpisteeseen





Distance
4.96 km

Duration
01:11:18

Avg Speed
4.17 km/h

Avg Pace
14:23 min/km

Max Speed
23.8 km/h

HR Avg/HR Max
0/0 bpm

Ascent/Descent
372/361 m

Energy
249 kcal

Steps/Step Rate
4728/66.3 /min

MAP

SATELLITE

HYBRID

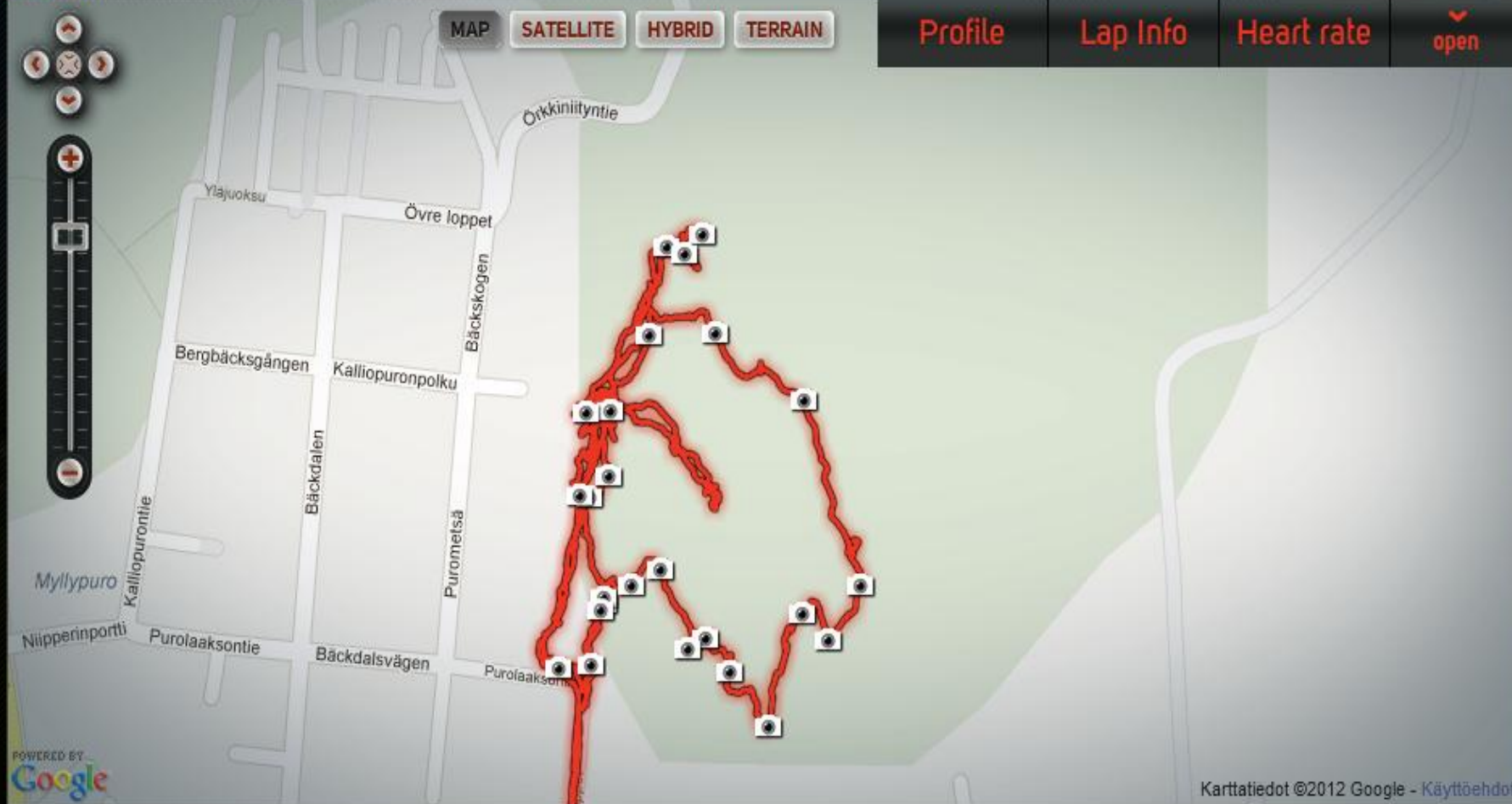
TERRAIN

Profile

Lap Info

Heart rate

open



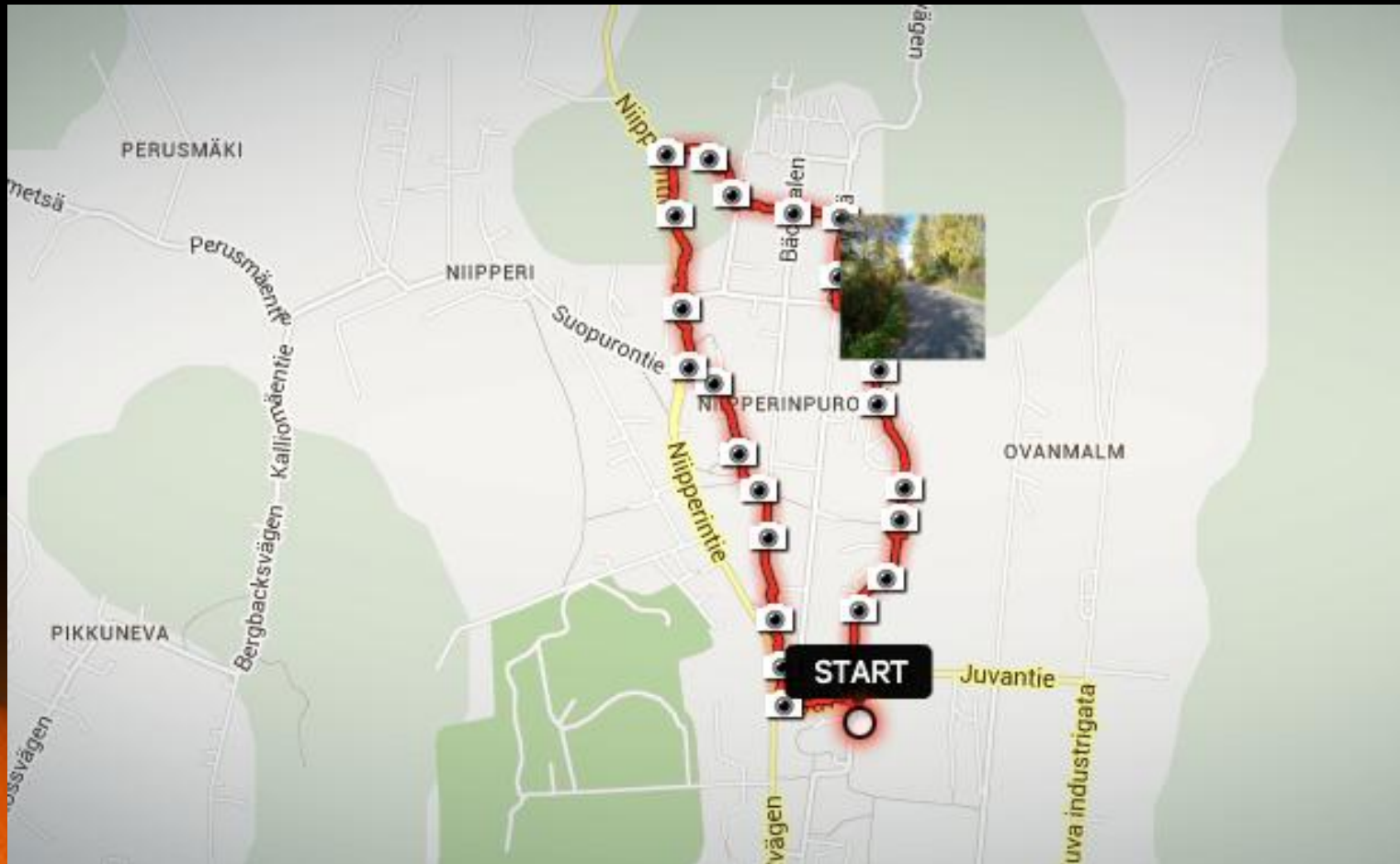
Aktiivisuushanke 2013/ A-MR

Your other workouts

Route (1)

Walking (13)

BY DATE





QR-koodi suunnistus

Mitäpä jos rastit näyttäisivät tältä?



Sykkeenmittaus

Sykemittareiden avulla opetetaan lapsia ja nuoria liikkumaan juuri itselleen sopivalla raskautasolla.

Keväällä 2013 Polar julkaisi uuden koulukäyttöön soveltuvan, iPadia ja Bluetooth –lähettimiä hyödyntävän helppokäyttöisen ja edullisen ratkaisun



14.50

POLAR GOFIT

LIIKUNTATUNTtien VERKKOTYÖKALU

Polar GoFitin avulla voit seurata oppilaiden sykettä liikuntatuntien aikana. Polar GoFitin avulla voit kertoa oppilaille sykeperusteisen harjoittelun hyödyistä näyttämällä heille heidän reaaliaikaisen sykkeensä. Jos opettajalla on polargofit.com-käyttäjätili, samoilla tunnuksilla voi kirjautua Polar GoFit -palveluun.

KATSO POLARGOFIT.COM

13.04

00:14:06

VIEW HEART RATE TARGET SORT

60 MIN TARGET

Adam A. 89 % ♥ 179	Alex A. 89 % ♥ 179	Melissa B. 89 % ♥ 179	Billy B. 89 % ♥ 179
Amy C. 89 % ♥ 179	Matthew C. 90 % ♥ 180	Joyce G. 89 % ♥ 179	Maria L. 90 % ♥ 180
Kathy M. 89 % ♥ 179	Brian M. 89 % ♥ 178	Alice P. 90 % ♥ 180	Andrew P. 89 % ♥ 179



Max 60 m / 66 yd

←-----→



Muu testattu teknologia

- Kypärä-/actionkamerat
- Tutkat
- Ponnistusvoimamittarit
- iPad –sovellukset
- GEO-kätkentä
- ”Arviointityökalut”



Käy tsekkaamassa

...älä kirjoita ylös ;)

Aktiivisuushanke.wordpress.com

Facebook.com/groups/aktiivisuushanke

Edu.fi

Tai googlaa...aktiivisuushanke



Mukana hankkeessa

Heinolan kaupunki
Enonkosken kunta
Iisalmen kaupunki
Kempeleen kunta
Mikkelin kaupunki
Helsingin kaupunki
Espoon kaupunki
Polar Electro Finland
Opetushallitus



Liikuntateknologian hyödyntämisen mahdollisuudet liikunnan motivaattorina ovat valtavat. Aktiivisuushanke jatkaa omia tutkimuksiaan ja hankkeen päättyessä 2014 syksyllä voi lopputuloksia käydä katsomassa edu.fi –sivustolta.



Kiitos mielenkiinnosta!

